地址：佛山市禅城区岭南大道北131号碧桂城市花园南区九座1-2层

电话：0757-83906978、18825951514

QQ ：3108255317

邮箱：3108255317@qq.com

微信公众号：DongPing_83906978（石湾镇街道东平家庭综合服务中心）

东平家综微信二维码

东平家综地理位置

Family Service Center

石湾镇街道东平
家庭综合服务中心

5-6月期

幸福东平

目录 contents

家庭及青少年领域

02 “甜蜜代表我的心”母亲节温馨亲子厨房

03 情有独“粽”——亲子包粽子活动

04 “童声童气”童乐会活动

05 “爸爸去哪儿”亲子亚艺公园定向越野活动

06 “儿童夏日护理策略”讲座

长者领域

07 “喜迎端午，香粽传情”端午节包粽子活动

08 “健康常伴，共庆生辰”长者生日会活动

09 “脑力大作战”长者健康活动暨社区宣传活动

10 “高血压知识多D”健康讲座活动

志愿者领域

11 “粽叶飘香，石湾社区情”社区探访活动

12 东平家综第一支志愿者队伍成立啦！

社区外展活动

13 中心外展宣传

“甜蜜代表我的心”母亲节温馨亲子厨房

5月14日是一年一度的母亲节，在这么一个温馨甜蜜的日子里，当然也要有甜蜜可口的点心作伴，糯米糍可能每个人都吃过，那你知道怎么做糯米糍吗？你又有亲手做过糯米糍送给自己的母亲吗？

在5月13日母亲节前一天，一群可爱的孩子和他们的母亲一起来到东平家综，孩子们的任务就是要亲手做美味的糯米糍送给母亲，把甜蜜和快乐送给母亲。在活动过程中孩子们亲手搅拌粉浆，包下糯米糍，写下对妈妈的祝福和爱意，并献上鲜花和大大的拥抱，妈妈和孩子们笑逐颜开，一起度过了一个温馨有爱的下午！

情有独“粽”——亲子包粽子活动

2017年5月20日东平家综联合江滨社区一起开展了情有独“粽”——包粽子亲子活动。活动中孩子们先观看端午节由来视频，家长们由社区义工教导如何包粽子，然后再由家长教孩子怎么包粽子，孩子们给家长讲端午节的故事，形成良好的亲子互动，其乐融融。最后家长和孩子都完成了任务，每个家庭都收获满满。

“童声童气”童乐会活动

2017年6月3日上午在东平家综举办了“童声童气”童乐会活动，童乐会以“小猪佩奇的奇幻冒险”作为切入主题，分为佩琪猪手指画区、猪鼻子制作区、回忆留念合照区。家长带着孩子进行活动的制作，细心的教导孩子在佩琪猪上面填充自己喜欢的颜色，贴上眼睛等等。猪鼻子制作的时候妈妈爸爸们会告诉孩子剪刀要怎么用，猪鼻子要在哪里开口，协助填充颜色完成作品。经过2个摊位的作品制作，亲子间的互动增加了，当然要拍照留下精彩的时刻啦！整个活动室充满欢声笑语。最后是生日会环节，家长和小朋友们一起吹蜡烛许心愿，留下温馨美好的一刻。

“爸爸去哪儿”亲子亚艺公园定向越野活动

6月18日是父亲节，为和亲子家庭一起度过一个愉快的父亲节，同时为了促进亲子间的互动，增加亲子间的互动内容和形式，东平家综在亚艺公园开展“爸爸去哪儿”亲子定向越野活动。这次活动共吸引12个家庭共31人参与，很多家庭还是爸爸妈妈和孩子一起参与的，成长路上，感恩有你，大家一起共享这个亲子快乐时光。

“和妈妈一起完成任务，增强了我们的默契、细心”“活动培养了与孩子的合作精神”“我想对爸爸妈妈说我爱你”“觉得这个活动很有意义”活动结束，家长和孩子们纷纷在活动任务册上分享自己的活动心得。孩子的成长路上，陪伴很重要，通过亲子间的互动，不但能传单亲子间的爱意，还能通过亲密的互动，增强亲子间的相互理解。

“儿童夏日护理策略”讲座

2017年6月24号上午10点在东平家综举办了小儿夏季护理策略讲座，这次活动邀请到高级小儿推拿师张婷婷为我们的家长讲解在夏季如何预防小儿疾病和护理措施，还有现场教导家长怎么帮孩子进行推拿。活动过程中家长们听着医师的讲解，学习如何通过舌头判断小孩子身体内部的健康问题，通过自己孩子平时的食量、睡眠质量等知道是那里出问题，然后通过穴位按摩进行调理。现场的家长除了学习孩子的日常的护理知识外，在医师及工作人员的指导下对自己孩子进行穴位推拿；推拿的力度是怎样的、穴位具体在那里、哪个穴位是清肝热、哪个是清小肠排毒的都得到医师的指导解答。

活动结束后，仍然有一部分家长留在中心向医师询问关于孩子的情况应该怎样调理，吃什么对身体好。可以看出家长对孩子夏季的养生护理也是比较注重的，并且也希望以后有多点这样的活动可以开展。

“喜迎端午，香粽传情”端午节包粽子活动

5月19日家综开始了一场增进社区居民生活，以及感受端午节节日气氛的活动。

活动中工作员与长者一起回忆了端午节一些习俗和各自家乡的一些特色习俗，参加的阿姨们都来自不同的地方，每个人都在热烈地分享各自家乡的粽子的特色与差异，然后就分别各展所长，用各种材料包出各种形状的粽子，大家还互相学习其他人包粽子的方法，好不热闹。经过2个小时的辛勤劳作，200多只粽子在居民们的巧手中诞生了。活动现场充满欢声笑语，其乐融融、不亦乐乎

这次包粽子活动，除了让社区居民感受到了浓烈的端午节气氛，也是为了让辖区内的低保户家庭感受到浓郁的节日氛围和来自社会关爱，活动中阿姨们把她们们认为包得最漂亮的粽子挑出来，让社工煮熟送到低保户和社区孤寡老人家中，让他们也一同品尝美味。

“健康常伴，共庆生辰”长者生日会活动

2017年6月22日，在东平家庭综合服务中心成功开展了社区第一季度长者生日会，此次活动以“健康常伴，共庆生辰”为主题”，旨在为近期生日的长者集体过生日，以此让社区长者获取更多保健知识，注重健康，同时消除长者生活中的孤独感，丰富他们的晚年生活。

活动中长者一起做健康手指操，一起互道祝福，并一起猜歌唱歌，经过一连串精彩的环节，最后是生日会的重头戏，长者寿星公们一起切蛋糕，吹蜡烛，和许愿，寿星公们都表示很开心有那么多人一起过生日。

“脑力大作战”长者健康活动暨社区宣传活动

为了预防长者记忆力衰退，提高长者在生活注意脑力锻炼的意识，6月29日东平家综在鸿海市场附近开展了“脑力大挑战”长者健康活动，这场活动吸引了30多个个长者过来参加。活动现场设置了“脑力知识知多D”、“看字读颜色”以及“记忆连连看”三个摊位，过来参加的长者都把现场的摊位挑战过一遍，真的是锻炼了脑力呀，长者们玩的不亦乐乎。

“高血压知识多D” 健康讲座活动

为了让长者多点了解高血压的知识以及学习预防和治疗高血压病的知识，东平家庭综合服务中心举行了一场“高血压知识多D”健康讲座。

6月30日下午，东平家综荣幸地邀请到冯了性国医馆中医师为社区的长者，进行高血压知识讲座。听完讲座后我们还有有奖问答环节、健康现场咨询以及理疗体验（艾灸），长者们都表示很有用，收获良多。

志愿者领域

“粽叶飘香，石湾社区情”社区探访活动

为了进一步了解低保家庭的真实情况及需求，为了让低保家庭感受端午节节日的欢乐氛围，东平家庭综合服务中心于2017年5月21日举办了“粽叶飘香，石湾社区情”社区探访活动。本次活动主要探访江滨居委的低保家庭，邀请了学生志愿者一起参与。

活动前，社工先对学生志愿者进行探访培训，然后采取“社工+义工”的模式进行探访。活动中，送上一箱面及由志愿者们亲手包的粽子给低保家庭，并对他们目前遇到的困扰进行了慰藉，并对此一一记录在案。社工及志愿者也能感受的到低保家庭的对大家的欢迎及希望再次被探访的愿望。

通过这次活动，社工不仅了解了低保家庭的情况及需求，并让低保家庭感受到了社会对其的关爱，也让学生志愿者对社会、对生活有了更深刻的了解。

东平家综第一支志愿者队伍成立啦！

2017年6月13日，东平家庭综合服务中心邀请社区闲散舞蹈队伍参与志愿者队伍成立活动，本次志愿者队伍名称确定为开心娱乐队，寓意队员希望开心参与活动。

本次活动主要是通过自荐及推荐的方式选举队长和副队长候选人，然后根据候选人名单让队员进行投票选择，最终，一直在队伍中担任领导角色的娟姐全票通过获选为队长，友娟姐及娇姐获选为副队长。根据队员们的意见，队伍对参与公益活动的兴趣比较大，不会特别要求服务于哪个方向，只要有能力做到的都会参与。

通过本次活动，队伍正式成立，也提升了队员对队伍的归属感，队长及副队长的权利及义务特更加明确，使得队伍更加方便管理，并且让队员更加了解了自己队伍。

中心外展宣传

中心3-6月份共在社区开展了12场外出调研和宣传活动，主要是去了海景蓝湾、沿海馨庭、湾华小学、霍陈秀幼稚园、澜石中学等地进行调研和宣传。通过外展宣传，有更多的居民认识了中心，和中心的活动，也做了各个领域共300多份问卷，居民表示有机会也会过来参加家综的活动。